

## ABSTRAK

### **Feby Elra. 2012. Pengaruh Metode Latihan Sirkuit dan Metode Konvensional Terhadap Keterampilan Dasar Bolabasket Siswa SMA Negeri 1 Lebong Utara.**

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan menunjukkan bahwa masih kurangnya keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan perbedaan pengaruh metode Latihan Sirkuit dengan metode Konvensional terhadap peningkatan keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara.

Metode penelitian ini adalah metode eksperimen semu (*quasi eksperimental*). Populasi penelitian ini sejumlah 32 orang siswa, sampel diambil menggunakan teknik *sampling jenuh* sehingga diperoleh sampel sebanyak 32 orang siswa. Tes yang digunakan adalah tes *dribble zig-zag*, *passing* dan *under basket* yang bertujuan untuk mengetahui keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji-t

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Metode Latihan Sirkuit dapat meningkatkan keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara ( $t_{hitung} 16,77 > t_{tabel \alpha=0,05} 1,75$ ) (2) Metode konvensional dapat meningkatkan keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara ( $t_{hitung} 9,25 > t_{tabel \alpha=0,05} 1,75$ ) (3) tidak Terdapat perbedaan yang berarti antara Metode latihan Sirkuit dengan Metode Konvensional terhadap keterampilan dasar bolabasket SMA Negeri 1 Lebong Utara ( $t_{hitung} 1,35 < t_{tabel \alpha=0,0} 1,75$ ).